

درجات واسباب الاحتراق النفسي لدى مدرسي التربية الرياضية في مديرية تربية المثنى

م . باسم حبيب ياسين
Basim6023@gmail.com

استلام البحث: ٢٠٢٢/٩/٢٠
قبول البحث: ٢٠٢٢/١١/٢

المديرية العامة لتربية المثنى

ملخص البحث

اشتمل البحث على المقدمة وأهمية البحث وفيها تمت الإشارة إلى ظاهرة الاحتراق النفسي لمدرسي التربية الرياضية والآثار السلبية التي يمكن أن تحصل نتیجتها ، وتضمن ايضا تناول مشكلة البحث ، اما غرض الدراسة فتتمثل في التعرف على درجات واسباب الاحتراق النفسي لمدرسي التربية الرياضية في مديرية تربية المثنى ، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المسح لتحقيق غرض البحث ، وكذلك احتوى على عينة البحث وكيفية اختيارها إذ تمثلت بمدرسي التربية الرياضية في مديرية تربية المثنى الذين بلغ عددهم (٦١) مدرسا للموسم الدراسي (٢٠٢٠-٢٠٢١) ، كذلك تم بيان الوسائل والأدوات التي استخدمها الباحث للوصول إلى أهداف بحثه والتي تمثلت بمقاييس الاحتراق النفسي لراينر مارتنز واسباب الاحتراق النفسي لمحمد حسن علاوي ، و توصل الباحث الى عدة نتائج اهمها وجود العديد من مدرسي التربية الرياضية في مديرية تربية المثنى ممن هم عرضة للاصابة بالاحتراق النفسي وهم يعانون من الكثير من المعوقات التي يمكن ان تعمل على اعاقه عملهم ، وتوصل الباحث ايضا الى أن سبب مديرية النشاط الرياضي قد حصل على المرتبة الأولى من بين الأسباب التي تؤدي إلى احتراق المدرس ، اما الاستنتاجات التي توصل اليها الباحث فهي :

١. وجود الكثير من معوقات العمل لمدرسي التربية الرياضية يمكن ان تكون سببا رئيسا في حصول الاصابة بالاحتراق النفسي
 - ٢ - ضعف التوعية وعدم الامام بمتطلبات الاعداد النفسي الذي يساهم في تجنب وقوع المدرس بالاحتراق النفسي
- الكلمات المفتاحية :** (الاحتراق النفسي ، مدرس التربية الرياضية)

Degrees and causes of psychological burn out For the teachers of physical education in Al muthanah education directorate

Basim habeeb yaseen
Almuthana education directorate

Abstract

In the beginning the research includes the Introduction and the Importance of study . The importance of the study is shown through its being an attempt to identify and make aware about the burn out concept and find out the degrees and reasons of the burn out between the teachers in Al muthanah education directorate . The research also includes theoretical and the last studies . The research aimed to make theoretical frame dealt with the nature, theories, concepts, types, levels, sources, and symptoms of Burn out . The descriptive method was used since its convenient to the nature of research. The sample included the teachers of physical education in Al muthanah education directorate. The scales were built as a part of research requirements. The steps of building the scale included determining the principle paragraphs of the scale, setting up the initial version of the scale, determining the style formation of phrases and the scientific procedures of building psychological scales through explore the opinions of experts as a first step . finally the phrases were treated statistically by extreme groups, coefficient of internal consistence, factorial analysis of scale sections, stability . The researcher remembered many conclusions the most important of it represented by That the phenomena of burn out is dangerous on the teachers and the other conclusion represented by importance of holding and organizing the symposiums and conferences which deals with the researches about physical psychology.

Keys words : (psychological burn out, physical education teachers)

١ - المقدمة :

يعد علم النفس الرياضي واحدا من اهم العلوم المؤثرة في أداء الفرد نحو النجاح كونه علماً يستفيد منه المدربون واللاعبون والإداريون لتحقيق التفوق في أدائهم ، إذ أنه يأتي في مقدمة العلوم المساعدة في نجاح وتطوير مستوى الأداء الرياضي ، وقد بدأ التركيز وبشكل جاد على الظواهر النفسية التي يتعرض لها الرياضيين ومنها ظاهرة الاحتراق النفسي وتأثيراتها السلبية التي يمكن إن تلقي بظلالها على الرياضيين بشكل عام ومدرس التربية الرياضية بالتحديد ودورها في التأثير في بناء واعداد شخصية مدرس التربية الرياضية الذي يعد واحدا من أهم الأعضاء الذين يعتمد عليهم في إصدار قرارات فرقه الرياضية داخل وخارج المدرسة (راتب، ٢٠٠٠، ١٨) .

والمدرس ايضا كقائد تربوي في مجال عمله كمدرس للتربية الرياضية يمكن إن يكون عرضة للاصابة بالعديد من الاضرار النفسية ومنها الاصابة بالاحتراق النفسي بسبب تعرضه للكثير من الضغوط مما يفرض عليه استخدام أساليب متعددة ومختلفة للتغلب على هذه الضغوط التي يمكن إن تتسبب في حصول الاحتراق النفسي ، وان عملية التعرف على الحالات النفسية ومنها ظاهرة الاحتراق النفسي موضوع مهم بالنسبة لمدرسي التربية الرياضية لمعرفة وتفسير حالات الاحباط والتردد وفقدان الثقة التي يمكن إن تسببهم نتيجة الاصابة بالاحتراق النفسي مما ينعكس سلبا على اداءهم كمدرسين لمادة التربية الرياضية واخفاقهم في تحقيق الواجبات الملقاة على عاتقهم ومن ثم التأثير سلبا على طلبتهم كنتيجة للمشاكل التي تواجههم في اعداد فرقهم الرياضية وطبيعة العلاقة مع ادارة المدرسة من حيث استعدادها للتعاون معهم باتجاه تحقيق اهدافهم وتهيئة فرقهم بالشكل الامثل لتحقيق الفوز في البطولات الرياضية التي تنظمها مديرية النشاط (عريبي، ٢٠٠٢، ٨٧) ، وتمثل الضغوط النفسية اهم الموضوعات التي لها اثر كبير في المجتمع وفي مقدمة هذه الموضوعات التي تناقش في مجالات كثيرة ومنها التعليم ليس بسبب التأثيرات العقلية والجسمية التي يمكن ان تسببها للفرد ولكن بسبب قدرة هذه الموضوعات على ايجاد حلول لمشكلات نفسية عديدة ومنها ظاهرة الاحتراق النفسي التي تحصل نتيجة للضغوط النفسية التي يتعرض لها المدرس وان لم يكن ذلك بصورة مباشرة ، وتكمن مشكلة البحث الحالي في عدم وجود دراسة تتناول حالة الاحتراق النفسي لمدرسي التربية الرياضية في مديرية تربية المثني التي تحصل نتيجة للضغوط النفسية التي يتعرض لها مدرس التربية الرياضية ودراسة الاسباب التي يمكن ان تؤدي بمدرسي التربية الرياضية الى الاصابة بالاحتراق .

وبناء على ما ذكر انفا فان اهمية البحث الحالي تتمثل بالنقاط الاتية :

- ١- التعرف على درجات الاحتراق النفسي لمدرسي التربية الرياضية في مديرية تربية المثني .
- ٢- التعرف على اسباب الاحتراق النفسي حسب اهميتها وتأثيراتها لمدرسي التربية الرياضية في مديرية تربية المثني

٢- الغرض من الدراسة :

تتمثل اغراض الدراسة الحالية في التعرف على درجات الاحتراق النفسي والتعرف على اسباب الاحتراق النفسي لمدرسي التربية الرياضية في مديرية تربية المثني .

٣ - الطريقة والاجراءات :**٣-١ مجتمع وعينة الدراسة :**

يتمثل مجتمع البحث بمدرسي ومدرسات التربية الرياضية في المدارس الثانوية التابعة لمديرية تربية المثني ، اما عينة البحث فقد تمثلت بمدرسي ومدرسات التربية الرياضية في مديرية تربية المثني والبالغ عددهم (٦١) مدرسا ومدرسة مثلوا (٦١) مدرسة ثانوية اي ما نسبته ٥٣٪ من مجتمع ، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية ، إذ " أن الأهداف التي يضعها الباحث لبحثه والإجراءات التي يستخدمها تحدد طبيعة العينة التي يختارها " (مجيد ، ١٩٨٧، ٤٠) .

٣-٢ تصميم الدراسة :

يعرف المنهج بأنه " طريقة يصل بها الإنسان إلى حقيقة " (طاهر ، ١٩٨٦، ١٧) ، ونظراً لكون منهج البحث هو الطريق الذي يختاره الباحث للتوصل إلى الحقيقة إضافة لكون طبيعة المشكلة هي التي تحدد المنهج المستخدم ، لذا فإن اختيار الباحث لمنهج البحث المستخدم يعد من الخطوات المهمة التي يترتب عليها نجاح البحث ، ولهذا فقد فرضت المشكلة على الباحث استخدام المنهج الوصفي بالإسلوب المسحي ، إذ " يعد المسح واحداً من الاساليب الأساسية في البحوث الوصفية " (بدر ، ١٩٧٩، ١٧) .

٣-٣ المتغيرات المدروسة :**- الاحتراق النفسي :**

ينظر إلى الاحتراق في الرياضة على انه المرحلة الأخيرة من زيادة العبء البدني والنفسي على المدرس (عبد الكريم ، ١٩٩٨، ٢٣٩) ، وهو عبارة عن حالة انفعالية تحصل نتيجة التعرض للضغط النفسي لفترات طويلة تتصف بالإرهاق العاطفي

المزمن ، واستنفاد الطاقة ، وفقدان الحماس للعمل مع تراجع في الكفاءة وشعور متناقص نحو الأداء الشخصي فضلا عن حالة التشاؤم والاستخفاف بالأمر (علاوي ، ١٩٩٨ ، ٤٧) .

٣-٤-٣ المقاييس المستخدمة في البحث :

٣-٤-٣-١ مقياس الاحتراق النفسي :

استخدم الباحث مقياس الاحتراق النفسي المصمم من قبل "راينر مارتنز Martens" والذي يتالف من (١٠) فقرات لمعرفة درجات الاحتراق لمدرسي التربية الرياضية في مديرية تربية المثلى بعد اعادة صياغة بعض منها لتنسجم مع الفقرات التي تقيس متغير البحث المتمثل بالاحتراق النفسي وازضافة فقرات اخرى تم الحصول عليها من خلال الاطلاع على الادبيات والمصادر العلمية ذات العلاقة في مجال الدراسة ليصبح المقياس مكونا من (٢١) عبارة بصيغته الاولية ، ومن ثم تم عرض المقياس على عدد من الخبراء والمتخصصين في مجالات علم النفس والاختبارات والقياس للتعرف على صلاحية فقرات المقياس ، وقد تم حذف (٣) فقرات ليصبح المقياس مكونا من (١٨) بصيغته النهائية لعدم حصولها على معامل تميز مقبول ، وقد تبني الباحث طريقة (ليكرت) في تصميم المقياس ذو المدرج الخماسي على اساس منح الدرجة (١، ٢، ٣، ٤، ٥) ، ويمكن للمدرس جمع درجاته على جميع الاسئلة التي يتكون منها المقياس وان يصنف نفسه طبقا للدرجات التي يحصل عليها في احدى المجموعات الاربع ، وكما يتضح من خلال الجدول (١) .

جدول (١)

درجات الاحتراق النفسي لمدرسي التربية الرياضية حسب مقياس راينر مارتنز

الاحتراق النفسي	الدرجة	ت
مدرس على ما يرام	٣٦-١٨	١
مدرس يحتاج إلى بعض المراجعات في عمل التدريس	٥٤-٣٦	٢
مدرس على حافة الاحتراق	٧٢-٥٤	٣
مدرس يعاني من الاحتراق النفسي	٩٠-٧٢	٤

٣-٤-٣-٢ مقياس اسباب الاحتراق النفسي :

استخدم مقياس اسباب الاحتراق النفسي للتعرف على اسباب حدوث الاحتراق النفسي بين المدرسين وهو مصمم من قبل (علاوي ، ١٩٩٨) ويتألف من (٣٠) عبارة وكل عبارة أتبعبت بميزان مكون من خمس نقاط هي دائما (٥) ، و معظم الأحيان (٤) ، و بعض الأحيان (٣) ، و نادراً (٢) ، و مطلقاً (قليلة جدا) (١) ، وقد قام الباحث بتعديل بعض فقرات المقياس وازضافة فقرات اخرى لتنسجم مع الفقرات التي يمكن من خلالها دراسة متغير اسباب الاحتراق النفسي للمدرسين ، تم حذف بعض منها وتعديل البعض الاخر بعد عرض المقياس على عدد من الخبراء في مجالات علم النفس التربوي والاختبارات والقياس لإبداء اراءهم للتعرف على مدى صلاحية الفقرات لقياس متغير البحث المتمثل بأسباب الاحتراق النفسي للمدرسين .

- التصحيح :

يتم تصحيح كل بعد من الابعاد الخمسة على حدة وذلك بجمع حاصل الدرجات للعبارة التي يتكون منها كل بعد ، وكلما اقتربت درجة المدرب من الدرجة ٣٠ في كل بعد كلما دل ذلك على المزيد من الضغط المرتبط بهذا البعد .

- عبارات البعد الاول ارقامها هي ١١/٦/١٦/٢١/٢٦ اسباب وعوامل مرتبطة باللعبين او الفريق .
- عبارات البعد الثاني ارقامها هي ١٢/٧/٢٢/٢٧/٣٢ اسباب وعوامل مرتبطة بخصائص المدرب وشخصيته .
- عبارات البعد الثالث ارقامها هي ٣/٨/١٣/١٨/٢٣ اسباب وعوامل مرتبطة بإدارة المدرسة .
- عبارات البعد الرابع ارقامها هي ٤/٩/١٤/١٩/٢٤ اسباب وعوامل مرتبطة بمديرية النشاط الرياضي .
- عبارات البعد الخامس هي ٥/١٠/١٥/٢٠/٢٥ اسباب وعوامل مرتبطة بالمشجعين .

التجربة الاستطلاعية :

من أجل إعطاء صورة واضحة ودقيقة عن مفردات المقياسين المرشحين للتطبيق في ضوء مشكلة البحث وبعد تحديد عينة البحث ثم إجراء التجربة الاستطلاعية للمقياسين بتاريخ ١٠/١ / ٢٠٢١ على عينة مكونة من (١١) مدرسا ، وكان الهدف من التجربة الاستطلاعية هو معرفة الصعوبات والمشاكل التي تواجه الباحث وصلاحية المقياس المستخدم ، فضلا عن التأكد من مدى ملائمة وسهولة فقرات المقياس المستخدم .

٣-٤-٣ الخصائص القياسية لمقياس الاحتراق النفسي و أسبابه :

أولا : المعاملات العلمية المتمثلة ب :

- الصدق :

عمد الباحث الى استخدام الصدق الظاهري، فالاختبار الصادق هو " الاختبار الذي يقيس بدقة كافية الظاهرة التي صمم لقياسها " (علاوي و رضوان ، ٢٠٠٠ ، ٢٥٥) ، وقد تحقق هذا الصدق بعد أن تم تحديد مفهوم الاحتراق النفسي وعرض الفقرات على مجموعة من المحكمين قوامها (١٧) احد عشر محكما في مجالي علم النفس الرياضي والاختبارات والقياس لاقرار صلاحية فقرات مقياسي الاحتراق النفسي واسباب الاحتراق النفسي المرشحين للتطبيق ، وبذلك تم قبول كليهما بفقراتهما المرشحة للتطبيق وذلك لحصولهما على موافقة المحكمين ، الجدولين (٢) و (٣) ، اذ " يمكن الاعتماد على موافقة آراء المحكمين بنسبة (٧٥%) في مثل هذا النوع من الصدق " (بلوم ، وآخرون ، ١٩٨٣ ، ١٢٦) .

جدول (٢) قيمة كا^٢ والنسبة المئوية لاتفاق رأي المحكمين على فقرات مقياس الاحتراق النفسي

ت	المحكمين المتفقين	غير المتفقين	كا ^٢ المحسوبة	النسبة المئوية	ت	المحكمين المتفقين	غير المتفقين	كا ^٢ المحسوبة	النسبة المئوية
١	١٣	٤	٩,١٤	٪٧٦	١٠	١٣	٤	٩,١٤	٪٧٦
٢	١٤	٣	٩,٤٥	٪٨٢	١١	١٥	٢	٩,٨٢	٪٨٨
٣	١٥	٢	٩,٨٢	٪٨٨	١٢	١٥	٢	٩,٨٢	٪٨٨
٤	١٣	٤	٩,١٤	٪٧٦	١٣	١٣	٤	٩,١٤	٪٧٦
٥	١٤	٣	٩,٤٥	٪٨٢	١٤	١٥	٢	٩,٨٢	٪٨٨
٦	١٥	٢	٩,٨٢	٪٨٨	١٥	١٣	٤	٩,١٤	٪٧٦
٧	١٥	٢	٩,٨٢	٪٨٨	١٦	١٣	٤	٩,١٤	٪٧٦
٨	١٥	٢	٩,٨٢	٪٨٨	١٧	١٤	٣	٩,٤٥	٪٨٢
٩	١٣	٤	٩,١٤	٪٧٦	١٨	١٥	٢	٩,٨٢	٪٨٨

جدول (٣) قيمة كا^٢ والنسبة المئوية لاتفاق رأي المحكمين على فقرات مقياس اسباب الاحتراق النفسي

ت	المحكمين المتفقين	غير المتفقين	كا ^٢ المحسوبة	النسبة المئوية	ت	المحكمين المتفقين	غير المتفقين	كا ^٢ المحسوبة	النسبة المئوية
١	١٣	٤	٩,١٤	٪٧٦	١٦	١٤	٣	٩,٤٥	٪٨٢
٢	١٤	٣	٩,٤٥	٪٨٢	١٧	١٥	٢	٩,٨٢	٪٨٨
٣	١٥	٢	٩,٨٢	٪٨٨	١٨	١٣	٤	٩,١٤	٪٧٦
٤	١٣	٤	٩,١٤	٪٧٦	١٩	١٤	٣	٩,٤٥	٪٨٢
٥	١٤	٣	٩,٤٥	٪٨٢	٢٠	١٥	٢	٩,٨٢	٪٨٨
٦	١٥	٢	٩,٨٢	٪٨٨	٢١	١٣	٤	٩,١٤	٪٧٦
٧	١٥	٢	٩,٨٢	٪٨٨	٢٢	١٤	٣	٩,٤٥	٪٨٢
٨	١٥	٢	٩,٨٢	٪٨٨	٢٣	١٥	٢	٩,٨٢	٪٨٨
٩	١٣	٤	٩,١٤	٪٧٦	٢٤	١٥	٢	٩,٨٢	٪٨٨
١٠	١٤	٣	٩,٤٥	٪٨٢	٢٥	١٣	٤	٩,١٤	٪٧٦
١١	١٥	٢	٩,٨٢	٪٨٨	٢٦	١٤	٣	٩,٤٥	٪٨٢
١٢	١٥	٢	٩,٨٢	٪٨٨	٢٧	١٥	٢	٩,٨٢	٪٨٨
١٣	١٥	٢	٩,٨٢	٪٨٨	٢٨	١٥	٢	٩,٨٢	٪٨٨
١٤	١٥	٢	٩,٨٢	٪٨٨	٢٩	١٣	٤	٩,١٤	٪٧٦
١٥	١٣	٤	٩,١٤	٪٧٦	٣٠	١٤	٣	٩,٤٥	٪٨٢

- الثبات :

يعد الثبات من العوامل الهامة أو الخصائص الواجب توافرها لصلاحية استخدام أي مقياس ، فالمقياس سوف يعطي نفس النتيجة تقريبا للشخص نفسه عند إجراء القياس لمرات عديدة على إن لا تتجاوز الفترة الزمنية الفاصلة بين الاختبار الاول والاختبار الثاني اسبوعين او ثلاثة اسابيع ، ولتحقيق ذلك لجا الباحث لاستخراج معامل الارتباط بين نتائج الاختبارين الاول والثاني باستخدام معامل ارتباط (بيرسون) ، وقد اعتمد الباحث على بيانات عينة التجربة الاستطلاعية البالغة (١١) مدرسا ، وعند احتساب قيمة معامل الثبات لمقياس الاحتراق النفسي أتضح أنها تبلغ (٠,٨١) ، في حين بلغت (٠,٧٨) لمقياس اسباب الاحتراق النفسي ، لذا فان المقياسان المرشحان للتطبيق والمتعلقان بقياس درجات واسباب الاحتراق النفسي لمدرسي التربية الرياضية في مديرية تربية المثلى يمكن الاعتماد عليهما نظراً لتمتعهما بثبات عالٍ.

ثانياً : صلاحية المقياس : وذلك من خلال توافر الآتي :

- **القدرة التمييزية (التفرقية):** تشير القوة التمييزية " الى القدرة على التفريق أو التمييز بين الافراد الذين يحصلون على درجات عالية والافراد الذين يحصلون على درجات منخفضة في المقياس نفسه " (حنا ، ٢٠٠١ ، ٥٤) ، ويتطلب إيجاد معامل التمييز للفقرات تطبيق المقياس على العينة وإيجاد الدرجة التي حصل عليها كل فرد في المقياس ثم ترتيب الدرجات من الأعلى إلى الأدنى للمجموعة (العينة) ومن ثم يتم تحديد مجموعة الدرجات العالية عن طريق اخذ ما نسبته ٢٧ % من مجموعهم الأصلي ، وكذلك لمجموعة الدرجات المنخفضة ، ولتحديد إمكانية قبول أو رفض الفقرة في ضوء معامل تمييزها وضع (أبيل) مجموعة قواعد بعد إجراء العديد من الدراسات ، وأشار الى ان يمكن اعتماد الفقرات في حالة حصولها على معامل تمييز اكبر من ٠,١٩ ، اما اذا كان معامل التمييز اقل من ٠,١٩ فان الفقرة ضعيفة وينصح بحذفها ، وقد تم حذف (٣) فقرات من فقرات مقياس الاحتراق النفسي و(٤) من فقرات مقياس اسباب الاحتراق النفسي لعدم تمتعها بمعامل تمييز مقبول ، جدول (٥) و (٦) .

جدول (٥) معامل التمييز لفقرات مقياس الاحتراق النفسي

معامل التمييز	ت	معامل التمييز	ت	معامل التمييز	ت						
٠.٤٩	21	٠.٧٨	١٧	٠.٣٧	١٣	٠.٦٢	٩	٠.٦٩	٥	٠.٣٧	١
		٠.٧٣	١٨	٠.١٣	١٤	٠.١١	١٠	٠.٧٦	٦	٠.٥١	٢
		٠.٤٩	١٩	٠.٥١	١٥	٠.٤٨	١١	٠.١٨	٧	٠.٧٣	٣
		٠.٧٣	٢٠	٠.٤٧	١٦	٠.٧٢	١٢	٠.٧٤	٨	٠.٢٦	٤

جدول (٦) معامل التمييز لفقرات مقياس اسباب الاحتراق النفسي

معامل التمييز	ت	معامل التمييز	ت								
٠.٦٣	٣١	٠.٤٩	٢٥	٠.٣٨	١٩	٠.٣٠	١٣	٠.٤٠	٧	٠.٤٤	١
٠.٧٤	٣٢	٠.١٨	٢٦	٠.٤٤	٢٠	٠.٤٠	١٤	٠.٤٢	٨	٠.١٣	٢
٠.١٦	٣٣	٠.٧٣	٢٧	٠.٥١	٢١	٠.٥١	١٥	٠.٦١	٩	٠.٣٧	٣
٠.٥١	٣٤	٠.٨١	٢٨	٠.٤٩	٢٢	٠.٤٧	١٦	٠.٣٧	١٠	٠.٦١	٤
		٠.٦٦	٢٩	٠.١١	٢٣	٠.٧٢	١٧	٠.٤٩	١١	٠.٥١	٥
		٠.٤٢	٣٠	٠.٧٢	٢٤	٠.٦٤	١٨	٠.٤٢	١٢	٠.٦٤	٦

- الاتساق الداخلي :

يشير الإتساق الداخلي الى مدى تجانس الفقرات في قياس الصفة (حنا ، ٢٠٠١ ، ٥٥) وقد تم استخدام قانون معامل الارتباط البسيط لبيرسون لاستخراج علاقة الارتباط بين درجات الفقرات مع الدرجة الكلية للمقياسين ، جدول (٧) و(٨) .

جدول (٧) معامل الارتباط بيرسون لفقرات مقياس الاحتراق النفسي

معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت
٠.٨١	١٦	٠.٦١	١٣	٠.٨٨	١٠	٠.٧٣	٧	٠.٥١	٤	٠.٧١	١
٠.٦٨	١٧	٠.٧٣	١٤	٠.٧١	١١	٠.٨٧	٨	٠.٧١	٥	٠.٦٧	٢
٠.٨٠	١٨	٠.٥٧	١٥	٠.٧٧	١٢	٠.٦٨	٩	٠.٨٢	٦	٠.٥٧	٣

جدول (٨) معامل الارتباط بيرسون لفقرات مقياس اسباب الاحتراق النفسي

معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت								
٠.٥٠	٢٦	٠.٧٣	٢١	٠.٧٢	١٦	٠.٧٣	١١	٠.٥١	٦	٠.٧١	١
٠.٨٠	٢٧	٠.٥٤	٢٢	٠.٥١	١٧	٠.٨٧	١٢	٠.٧١	٧	٠.٦٧	٢
٠.٥٧	٢٨	٠.٥٠	٢٣	٠.٥٥	١٨	٠.٦٨	١٣	٠.٨٢	٨	٠.٥٧	٣
٠.٨٨	٢٩	٠.٧٨	٢٤	٠.٧٨	١٩	٠.٨١	١٤	٠.٦١	٩	٠.٨٨	٤
٠.٧٨	٣٠	٠.٧٤	٢٥	٠.٧٢	٢٠	٠.٦٨	١٥	٠.٧٣	١٠	٠.٧١	٥

٤-١ التجربة الرئيسية للبحث :

قام الباحث بتطبيق الدراسة الرئيسية على عينة البحث المتمثلة بمدرسي التربية الرياضية في مديرية تربية المثنى في الفترة المحصورة بين (٢٠٢٠/٥/١) - (٢٠٢٠/٥/١١) ، ومن ثم تم استلام الاستمارات وتفريغها ، وقد تم إدخال البيانات في استمارات خاصة وتهيئتها للعملية الإحصائية لتحقيق الأهداف الأخرى من البحث وتحليلها ومناقشتها لاحقا .

٤-١ عرض النتائج :**٤-١-١ عرض نتائج الاحتراق النفسي واسبابه :**

يستهدف الباحث في هذا الفصل التعرف على درجات الاحتراق النفسي لمدرسي التربية الرياضية في مديرية تربية المثنى ، ويتضح من خلال البيانات المذكورة في الجدول (٩) وجود (٧) سبعة مدرسين هم على ما يرام و(١١) احد عشر مدرسا بحاجة الى بعض المراجعة في عملهم كمدرسين للتربية الرياضية ، في حين تبين وجود (٢٩) تسعة وعشرون مدرسا ممن هم على حافة الاحتراق النفسي ووجود (١٤) اربعة عشر مدرسا يعانون فعلا من الاحتراق النفسي .

جدول (٩) الاحتراق النفسي لمدرسي التربية الرياضية في مديرية تربية المثنى

ت	الدرجة	حالة المدرس	المجموع
١	٣٦-١٨	مدرس على ما يرام	٧
٢	٥٤-٣٦	مدرس يحتاج الى بعض المراجعات في العمل التدريبي	١١
٣	٧٢-٥٤	مدرس على حافة الاحتراق النفسي	٢٩
٤	٩٠-٧٢	مدرس يعاني من الاحتراق النفسي	١٤

اما الهدف الاخر في هذه الدراسة فقد تمثل في التعرف على اسباب الاحتراق النفسي لمدرسي التربية الرياضية في مديرية تربية المثنى ، ويتضح ذلك من خلال البيانات المذكورة في الجدول (١٠) التي تشير الى أن سبب مديرية النشاط الرياضي قد حصل على المرتبة الأولى من بين الأسباب التي تؤدي إلى حصول الاحتراق النفسي ، إذ حصل على أكبر تكرار من خلال اجابات المدرسين ، وادارة المدرسة قد حصل على المرتبة الثانية من بين العوامل التي تؤدي إلى الاحتراق النفسي للمدرس ، بينما جاء سبب اللاعبين أو الفريق في المرتبة الثالثة من الأسباب التي تسبب الاحتراق النفسي ، والمشجعين هو السبب الرابع من بين الأسباب التي تؤدي إلى الاحتراق النفسي للمدرس ، في حين تمثل السبب الخامس في خصائص المدرس وشخصيته .

جدول (١٠) أسباب الاحتراق النفسي لمدرسي التربية الرياضية في مديرية تربية المثنى

ت	الأسباب و العوامل	الترتيب
١	مديرية النشاط الرياضي	الأول
٢	ادارة المدرسة	الثاني
٣	اللاعبين أو الفريق الرياضي	الثالث
٤	المشجعين	الرابع
٥	خصائص المدرب الرياضي وشخصيته	الخامس

٤-٢ تحليل ومناقشة النتائج :**٤-٢-١ تحليل ومناقشة درجات الاحتراق النفسي :**

من خلال النتائج المذكورة في الجدول (٩) يتضح وجود العديد من المدرسين ممن هم عرضة للاصابة بالاحتراق النفسي والنسب المذكورة تشير بوضوح الى ان مدرسي التربية الرياضية في مديرية تربية المثنى يعانون من الكثير من المعوقات التي تتسبب في اعاقه عملهم ، فوجود هذا العدد من المدرسين بين من هم بحاجة الى المراجعة ومن هم على وشك الاحتراق اشارة واضحة لعجزهم وضعف قدرتهم على تحمل الضغوط النفسية نتيجة ضعف تعاملهم مع اسباب الضغوط التي يتعرضون لها بسبب المشكلات ومعوقات العمل التي تواجههم داخل وخارج المدرسة ، وتجدر الاشارة الى ان نسبة مدرسي التربية الرياضية ممن هم على وشك الوقوع بالاحتراق النفسي وعددهم (٢٩) تسعة وعشرون مدرسا هي نسبة لا يمكن الاستهانة بها والتقليل من اهميتها تستوجب الوقوف عندها كثيرا لان جميع هؤلاء مرشحون للاصابة بالاحتراق النفسي فضلا عن عدد المدرسين ممن اصابوا فعلا بالاحتراق النفسي وعددهم (١٤) اربعة عشر مدرسا ، وبذلك يكون الباحث قد اجاب عن التساؤل الاول للبحث وهو ماهي درجات الاحتراق النفسي لمدرسي التربية الرياضية في مديرية تربية المثنى ؟ .

ويؤكد الباحث أن مدرسي التربية الرياضية في مديرية تربية المثنى يعانون من ضغوط كثيرة في مجال عملهم كمدرسين للتربية الرياضية تعود لاسباب عديدة ، وأن مواجهة مدرس التربية الرياضية للعديد من مسببات الضغوط النفسية التي ترتبط

بمخاوف الأداء وضغوط الوقت وقلة التجهيزات الرياضية و ضعف استجابة ادارات المدارس للتعاون مع المدرس لتذليل الصعوبات والمعوقات التي من شأنها اعاقه عمله هي التي يمكن ان تساهم في ظهور الاحتراق النفسي ، وكذلك يعاني مدرس التربية الرياضية من الهوة الكبيرة بين النظرية والتطبيق بين ما يقرأه ويسمعه حول الحقل الرياضي عموما والرياضة المدرسية بالتحديد ، اذ باتت الرياضة المدرسية حبر على ورق يحدد فيه البرنامج الزمني لخطه النشاط للعام الدراسي وموعد الاجتماع السنوي لمدرسي التربية الرياضية وتوزيع جداول المباريات الرسمية ، فضلا عن كل ما ذكر انفا فقد استجدت في السنوات الاخيرة مشكلات اخرى اثرت سلبا على اداء مدرسي التربية الرياضية وتسببت في زيادة العبء النفسي للمدرسين من خلال زيادة عدد التلاميذ في الصف الواحد ، وانخفاض مستوى أداء الطلاب بدنيا ومهاريا، وتكليف ادارات المدارس لمدرسي التربية الرياضية بأعمال لا تتناسب مع مهنتهم وقناعتها الخاطئة بان درس التربية الرياضية هو من الدروس الثانوية التي يسهل التجاوز عليها والتقليل من قيمتها التربوية ، وقد اتفقت نتائج البحث مع نتائج دراسة (معارك ، ١٩٩٧) ودراسة (الطحاينة ، ٢٠٠٧) ودراسة (عرابي واخرون ، ٢٠٠٧) في وجود نسب متفاوتة من الاحتراق النفسي لدى المدرسين .

٤-٢-٢ تحليل و مناقشة نتائج اسباب الاحتراق النفسي :

يتضح من خلال الجدول (١٠) أن سبب مديرية النشاط الرياضي قد حصل على المرتبة الأولى من بين الأسباب التي تؤدي إلى احتراق المدرس اذ حدد الباحث درجة (٢٠) فما فوق كمؤشر رئيسي لحدوث ظاهرة الاحتراق النفسي على اعتبار ان الدرجة العليا للمقياس هي (٣٠) وادارة المدرسة قد حصل على المرتبة الثانية من بين العوامل التي تؤدي إلى احتراق المدرس ، وبذلك فان نتائج الدراسة تشير الى أنّ عاملي مديرية النشاط الرياضي وادارة المدرسة هما من اكثر العوامل التي يمكن ان تؤدي بمدرسي التربية الرياضية للوقوع للإصابة بالاحتراق النفسي ، فقلة التجهيزات الرياضية وضعف الاهتمام بتنظيم البطولات الرياضية وضعف استجابة ادارات المدارس في التعاون لتهيئة الفرق المدرسية وعدم وجود اي تخصيصات مالية داخل المدرسة تغطي مستلزمات عملهم وتتجاوز النقص الحاصل في تجهيز المدرسة بالتجهيزات الرياضية من مديرية النشاط الرياضي وشعورالمدرس بان ادارة المدرسة لا تقدره معنويا بصورة كافية وتعتمد تجاهل جهوده في رفع المستوى الرياضي للاعبيه وسعيه لتحقيق الانجازات الرياضية التي تنظمها مديرية النشاط الرياضي فضلا عن عدم الاهتمام بتشجيع الفرق الفائزة في البطولات معنويا وماديا وضعف الاهتمام بتنظيم المباريات النهائية من قبل مديرية النشاط الرياضي ، كل هذه العوامل المذكورة يمكن ان تكون سببا في حصول حالة من الاحباط والياس وفقدان الطموح في سبيل تحقيق المزيد من الانجازات ومن ثم حدوث ظاهرة الاحتراق النفسي لدى المدرسين ، ولا بد لنا من الإشارة الى المشاكل والمعوقات التي من الممكن ان تكون سببا في زيادة الضغوط النفسية والتي تتعلق بدرس الرياضة النظري والتي تتمثل بعدم وجود منهج دراسي لدرس التربية الرياضية اسوة ببقية الدروس النظرية التي يتلقاها الطلبة بحيث اصبحت الدرجة التي يحصل عليها الطالب في مادة التربية الرياضية لا قيمة لها وليس لها اي تأثير في عملية نجاح الطالب او فشله ، وقلة عدد الحصص مقارنة بالمواد الأخرى وعدم قناعة المسؤولين عن العملية التربوية سواء على مستوى الوزارة او مديريات التربية العامة باهمية درس الرياضة النظري ، وابعاد المتخصصين والخبراء عن المساهمة في تخطيط وتنظيم واقامة البرامج الرياضية والدورات التطويرية التي من شأنها الارتقاء بالجانب النظري لمدرس التربية الرياضية، فضلا عن عدم وجود الرغبة لدى التلاميذ لإجراءات الدرس النظري ورغبتهم في ممارسة درس الرياضة العملي فقط ، وبذلك تتفق نتائج البحث مع نتائج دراسة (جابر ٢٠٠٧) الذي توصل الى أنّ هناك عدة اسباب للاحتراق النفسي ولكنها تختلف في نوع الاسباب ، اذ وجد عوامل اللاعبين والادارة العليا وخصائص المدرب الرياضي وغيرها وبذلك فقد اجاب الباحث عن التساؤل الثاني ، ما هي اسباب الاحتراق النفسي لمدرسي التربية الرياضية في مديرية تربية المثلى ؟.

٥ الاستنتاجات :

١. وجود الكثير من معوقات العمل لمدرسي التربية الرياضية يمكن إن تكون سببا رئيسا للاصابة بالاحترق النفسي .
- ٢ - ضعف الالمام بمتطلبات الاعداد النفسي الذي يساهم في تجنب وقوع المدرس بالاحترق النفسي .
- ٣- ضعف الاهتمام بالدراسات النفسية التي يمكن إن ترتقي بالمدرس في مجال علم النفس الرياضي .
- ٤- ضعف اهتمام ادارة النشاط الرياضي بحل ومواجهة المعوقات التي يعانيتها مدرسي التربية الرياضية .

المصادر

- ١- بلوم ، وآخرون . (١٩٨٣) ؛ تقييم تعلم الطالب التجميعي والتكويني ، ترجمة محمد امين المنفي وآخرون ، دار ماكجروهل ، القاهرة
- ٢- راتب ، كامل (٢٠٠٠) ؛ علم النفس الرياضي ، المفاهيم ، التطبيقات ، ط٤ ، دار الفكر العربي ، القاهرة
- ٣- عريبي، احمد (٢٠٠٧) ؛ المدرب والأعداد النفسي، ط١، المكتبة الوطنية ، بغداد
- ٤- محيد ، خريبط (١٩٨٧) ؛ مناهج البحث في التربية الرياضية ، دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل
٥. طاهر ،جواد (١٩٨٦) ؛ منهج البحث الأدبي ، ط٧ ، مطبعة الديوان ، بغداد
٦. بدر ، احمد (١٩٧٩) ؛ أصول البحث العلمي ومناهجه، ط٥ ، وكالة المطبوعات ، الكويت
٧. عبد الكريم ، هلال (١٩٩٨) ؛ علم النفس الرياضي الانجاز القياس النفسي، منشورات المكتبة الوطنية ، العراق
٨. علاوي ، محمد (١٩٩٨) ؛ الاحترق للاعب والمدرب الرياضي، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة
٩. علاوي ورضوان (٢٠٠٠) ؛ القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة
١٠. حنا ، اميرة (٢٠٠١) ؛ بناء وتقنين مقياس للإحترق النفسي للاعب كرة اليد ، أطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد

ملحق (١) وملحق (٢) لمقياس الاحترق النفسي واسباب الاحترق النفسي على التوالي بالصيغة النهائية

ت	العبارة	بدرجة كبيرة جدا	كبيرة	متوسطة	قليلة	قليلة جدا
١	تشعر بالقلق وعدم الارتياح طيلة وجودك بالمدرسة					
٢	تشعر بان هناك المزيد من الاعمال عاجز عن تنفيذها					
٣	تسعى دائما للتخلص من الدرس واستغلاله من بقية المدرسين					
٤	لا ترغب في اقامة علاقات جيدة مع زملائك المدرسين					
٥	تدور في ذهنك افكار سلبية عن مهنة التدريس					
٦	تختلق الاعذار للخروج من المدرسة السلبية					
٧	تشعر بزيادة الضغوط عليك من ادارة المدرسة					
٨	لا تمتلك القدرة على جذب طلابك والتقرب من افكارهم					
٩	انت مشغول لدرجة انك لا تستطيع ان تقوم بأعباء الحياة اليومية					
١٠	تشعر بعدم وجود اصدقاء تحدثهم عن مشاكلك					
١١	تحاول التهرب من حضور الندوات الخاصة بدرس الرياضة					
١٢	ليست لديك الرغبة في تدريس مادة التربية الرياضية					
١٣	لديك احباط متزايد يرتبط بمسؤولياتك؟					
١٤	لا ترغب في تهيئة المستلزمات التي من شأنها تطوير الدرس					
١٥	تشعر بانخفاض في قدراتك البدنية كنتيجة لمهنتك					
١٦	تتضايق بسهولة من الناس الذين تعمل معهم					
١٧	تفكر كثيرا بان الاخرين لا يفهمونك					
١٨	تشعر بانخفاض في طاقاتك النفسية الايجابية					

١	٢	٣	٤	٥	العبارة	ت
					عدم احترام اللاعب للمدرس بصورة كافية	١
					الشعور الداخلي للمدرس بعدم الأمان أو الاستقرار في عملة	٢
					احساس المدرب ان ادارة المدرسة غير مقتنعة بكفاءته	٣
					قلة التجهيزات الرياضية	٤
					الهتافات العدائية من المتفرجين والتي تمس المدرس	٥
					عدم تقدير اللاعبين للجهد الذي يبذله المدرس للارتقاء بمستوياتهم	٦
					حساسية المدرس الزائدة للنقد الذي يوجه اليه من الاخرين	٧
					احساس المدرس بان ادارة المدرسة لا تقدره ماديا بصورة كافية	٨
					ضعف الاهتمام باشراف المدرس في البطولات السنوية	٩
					محاولة بعض المتعصبين التهمج او الاعتداء البدني على المدرس	١٠
					وجود العديد من المشاكل والصراعات بين اللاعبين	١١
					احساس المدرس بعدم قدرته على تحقيق المزيد من الانجازات للفريق	١٢
					تدخل بعض المدرسين في صميم العمل الفني للمدرس	١٣
					اجراء البطولات في توقيتات غير مناسبة	١٤
					محاولة بعض المتعصبين الاعتداء اللفظي على المدرس	١٥
					تحقيق اللاعبين او الفريق نتائج متواضعة او كثرة الهزائم	١٦
					شعور المدرس بعدم قدرته على تحفيز اللاعبين	١٧
					رفض ادارة المدرسة الاستجابة لبعض الطلبات الضرورية للمدرس	١٨
					تجاهل ادارة النشاط الرياضي المشاكل التي يعانيها المدرس داخل المدرسة	١٩
					مقاطعة عدد كبير من المتفرجين للمباريات التي يشترك فيها الفريق	٢٠
					محاولة بعض اللاعبين انتقاد المدرس والتقليل من كفاءته	٢١
					وجود بعض الصفات المعينة لدى اللاعب كالعصبية والانطوائية او الدكتاتورية	٢٢
					شعور المدرس بانه مهدد من ادارة المدرسة بالاستغناء عنه	٢٣
					عدم الاهتمام بتشجيع الفرق الفائزة في البطولات معنويا وماديا	٢٤
					تكثف اللاعبين ضد المدرس	٢٥
					عدم التزام اللاعبين بتعليمات المدرس في المنافسات الرياضية	٢٦
					تراكم بعض المشكلات المختلفة الاسرية والمرتبطة باللاعبين	٢٧
					عدم منح ادارة المدرسة اختصاصات ومسؤوليات كافية للمدرس	٢٨
					ضعف الاهتمام بتنظيم المباريات النهائية وتجاهل حضورها من قبل المسؤولين	٢٩
					انقلاب المشجعين على اللاعبين او الفريق الذي يدربه المدرس	٣٠